臺南市私立魔荳幼兒園

111學年度第一學期10月份餐點表

| 日期 | 星期 | 上午點心  9:00 | 午 餐  11:30 | 水果 | 下午  點心15:00 | 餐點類別檢核 | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 10/3 | 一 | 白菜蛋花肉絲麵  大白菜、雞蛋、豬肉絲、麵條 | 高麗菜玉米炒飯+紫菜蛋花湯  白米.香腸.洋蔥.蘿蔔絲.時令蔬菜.紫菜.雞蛋.蔥花 | 芭樂 | 蛋香吐司+冬瓜茶  吐司.蛋液.大麥.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/4 | 二 | 蔬菜火腿蛋  雞蛋.火腿.青豆.洋蔥 | 奶油培根燴麵  麵.奶油.培根.香菇.洋蔥.高麗菜 | 芭樂 | 地瓜湯  地瓜.二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/5 | 三 | 鍋燒冬粉  冬粉.蘿蔔絲.高麗菜.洋蔥.蔥 | 芹香魚片海鮮粥  白米.虱目魚肉.豬肉.花枝.芹菜.高麗菜.洋蔥 | 芭樂 | 豆腐蔬菜羹  豆腐.高麗菜.豬肉.黑木耳 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/6 | 四 | 香煎蘿蔔糕  醬油.蘿蔔糕.蔥 | 日式關東煮烏龍麵  烏龍麵、黑輪、魚板、貢丸、香菇、洋蔥、紅蘿蔔 | 芭樂 | 雞蛋布丁  雞蛋、糖、布丁粉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/7 | 五 | 芹香魚丸羹  芹菜、魚丸、魚板 | 肉燥+滷小雞腿+炒時蔬+玉米炒蛋+排骨湯  白米.香菇.蝦米.豬肉.紅蘿蔔.醬瓜.小鳥蛋.洋蔥.玉米.排骨.芹菜 | 芭樂 | 港式雲吞湯  小白菜.餛飩.芹菜 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/10 | 一 | 雙十節放假 | | | | | | | |
| 10/11 | 二 | 蔬菜魚餃湯  魚餃.大白菜.紅蘿蔔 | 古早味魯麵羹  油麵.魚羹.筍絲.大白菜 | 芭樂 | 三杯關東煮  黑輪.米血.魚丸.薑.醬油.二級砂糖.九層塔 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/12 | 三 | 鮮蔬豬肉意麵  意麵.豬肉.紅蘿蔔.高麗菜 | 海鮮滑蛋粥  蝦.花枝.雞蛋.玉米.洋蔥.香菇 | 芭樂 | 酥炸甜不辣  甜不辣.洋蔥. | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/13 | 四 | 豚骨玉米粥  雞蛋.白米.玉米.洋蔥 | 醬燒肉絲炒麵+貢丸湯  麵.香菇.豬肉.洋蔥.高麗菜.木耳.小白菜.紅蘿蔔絲、貢丸 | 芭樂 | 芋頭西米露  芋頭.牛奶.西米露.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/14 | 五 | 歐姆蛋  玉米.雞蛋.蔥 | 蔥爆豬肉+肉燥+炒時蔬+火腿蛋+白菜貢丸湯  高麗菜、雞蛋、紅蘿蔔、國產豬肉、南瓜、雞肉、白米、柑橘 | 芭樂 | 小饅頭+鮮奶茶  黑糖饅頭、奶皇饅頭、鮮奶、紅茶 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/17 | 一 | 玉米濃湯  玉米.火腿.牛奶 | 咖哩豬肉燴飯  白米.豬肉.花椰菜.青豆仁.紅蘿蔔丁.咖哩 | 蘋果 | 三明治＋冬瓜鮮奶茶  火腿、雞蛋、吐司、冬瓜磚、鮮奶 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/18 | 二 | 韮香蘿蔔糕湯  韭菜.蘿蔔糕.豆芽菜 | 鮮菇肉絲湯麵  香菇、豬肉、高麗菜、洋蔥、木耳、麵 | 蘋果 | 蔬菜煎餅  紅蘿蔔絲.小白菜.洋蔥.麵粉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/19 | 三 | 火腿玉米蛋  火腿丁.雞蛋.玉米 | 海鮮高麗菜粥  蝦、花枝、雞蛋、玉米、洋蔥、香菇、高麗菜 | 蘋果 | 紅豆湯  紅豆.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/20 | 四 | 木耳鮮菇湯  黑木耳.香菇.秀珍菇. | 筍絲魚羹麵  麵.筍絲、魚、香菇、洋蔥、高麗菜 | 蘋果 | 珍珠鮮奶茶  鮮奶、珍珠、二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/21 | 五 | 青豆仁烘蛋  火腿.玉米.雞蛋.蔥.青豆仁 | 肉燥+滷小雞腿+炒時蔬+蒸蛋+大黃瓜湯  白米、木耳、國產豬肉、紅蘿蔔、豆腐、筍絲、蔥、高麗菜、青江菜、姜絲 | 蘋果 | 雞肉冬粉  雞肉、高麗菜、冬粉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/24 | 一 | 翠玉麵線  菠菜、芹菜、豬肉、雞蛋、麵線 | 豬肉水餃＋冬瓜排骨湯  豬肉、高麗菜、水餃皮、冬瓜、排骨 | 蘋果 | 糖霜吐司＋決明子茶  吐司、糖粉、決明子、砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/25 | 二 | 廣式鹹粥  白米.皮蛋.肉鬆.木耳 | 榨菜肉絲湯麵  麵條.榨菜絲.小白菜.芹菜.油蔥酥.豬肉 | 蘋果 | 銀芽翡翠羹  豆腐.豆芽菜.豬肉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/26 | 三 | 香炒粿仔條  粿仔條、韭菜、豬肉、豆芽菜、紅蘿蔔 | 虱目魚粥  虱目魚肉、虱目魚皮、白米、芹菜、薑絲、魚丸 | 蘋果 | QQ地瓜湯  地瓜、粉角、芋頭、二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/27 | 四 | 皮蛋瘦肉粥  皮蛋、豬肉、米、蛋 | 三鮮炒麵  蝦、花枝、魚、木耳、洋蔥、紅蘿蔔、鐵板麵 | 蘋果 | 玉米濃湯  玉米、雞蛋、紅蘿蔔、馬鈴薯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/28 | 五 | 洋芋濃湯  馬鈴薯、玉米、紅蘿蔔、雞蛋、豬肉 | 肉燥+三杯雞肉+炒時蔬+滷小鳥蛋+紫菜蛋花湯  蝦.花枝.魚.木耳.洋蔥.紅蘿蔔.鐵板麵.紫菜.雞蛋、小鳥蛋 | 蘋果 | 小饅頭+牛奶  小饅頭、牛奶 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10/31 | 一 | 火腿玉米歐姆蛋  火腿、玉米、雞蛋、蔥 | 黃金奶香南瓜粥  白米.南瓜.牛奶.豬肉 | 蘋果 | 蛋香吐司+麥茶  吐司.蛋液.大麥.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |

\*本園肉品皆使用國產肉品,敬請家長安心! 2022/9/30製表